

ほけんだより 4月 5.4.10 岩瀬小 保健室

入学・進級おめでとうございます。

4月から始まる健康診断は、児童の体の状態や成長の様子を調べて、学校生活を送ることに問題がないかどうかを確かめるために行われる大切な行事です。自分の体について知り、体や健康、生活習慣について考えましょう。

保健目標

自分の体のことを正しく知ろう

4月からの学校での WITH コロナ AFTER コロナ

マスクは どうなるの？

「マスクの着用は求めない」となります。

おうちの人とよく話し合ってからマスクを付けるかは必ず決めてきましょう。しかし体育のマスクについては、健康上は必ず声かけをしていきたいと思えます。

三密の回避、人と人との距離の確保、手洗い等の手指衛生、CO₂モニターを用いた換気等の励行に努めます。



検温は どうなるの？

本日配布された手紙の二次元コードより、児童の朝の体温を入力してください。今後、新型コロナウイルス感染症が第5類になることで変更になることもあります。

黙食は どうなるの？

「黙食は必要ない」となります。

食事前後の手洗いの徹底、適切な換気の確保、大声での会話を控える、机を向かい合わせにしない、向かい合わせにする場合は1m程度の距離を確保するようにします。

給食の配膳は どうなるの？

マスクをしない児童も、給食の配膳時はマスクが必要です。給食セットの中にマスクを用意してください。

歌やリコーダー、鍵盤ハーモニカの演奏は どうなるの？

体の中心から前方1m程度・左右50cm程度を目安とした距離を確保し、原則、向かい合っただけの歌唱は控えます。



が始まります !!

健康診断の結果の用紙は、治療や精密検査を必要とする児童に配付しています。用紙が届きましたら、早めに受診して治療をすませましょう。
(歯科健診の結果は全員に配付します。)

- ※身体測定は、体操着、ハーフパンツで行います。
- ※身長を測る時に邪魔にならないような髪型でお願いします。
- ※聴力検査は4・6年生はありません

4月の保健行事

- 心臓検診 12日(水) 1年生
 - 身体測定 13日(木) 全児童 (身長・体重)
 - 聴力検査 18日(火) 1、3年生、わかくさ 19日(水) 2、5年生
 - 尿検査 18日(火) 全児童
予備日 25日(火) 忘れた児童
 - 歯科健診 26日(水) 全児童
- ※視力検査は、クラスごとに行います。
眼鏡を持っている人は14日までは、毎日持ってきてください。



どうして尿検査をするの？



尿(おしっこ)には、私たちの体の状態を教えてくれる大切な情報がたくさんあります。たとえば、尿に赤血球やタンパクが混ざっているのは、尿をつくる腎臓の働きがよくないサインです。尿検査は、体の中にかくれている病気を早めに見つけることにつながるのです！

気をつけたいこと

- ①検査の前日は、ビタミンCが入ったジュースや栄養剤などは飲まない。
- ②朝、一番の尿を取る。
- ③少し尿を出してから、中間の尿を取る。

大事な検査なので、正しい方法で尿を取って、忘れずに持ってきてくださいね。